



Pisa, 23 novembre 2021

Partito uno studio esplorativo sugli effetti che il lockdown ha avuto sulla qualità della vita

Il questionario on line è promosso anche da un gruppo di ricercatori dell'Università di Pisa e del CNR pisano

È attivo da alcuni giorni il questionario che permetterà di valutare la qualità della vita prima e dopo il periodo di lockdown, focalizzandosi sui livelli di attività fisica, sulla qualità del sonno e sulla qualità dei movimenti. Il questionario on line, che si può trovare all'indirizzo bit.ly/lockdown_PA, fa parte di uno studio esplorativo promosso da un gruppo di ricercatori afferenti a diverse istituzioni italiane: Università di Pisa, Università degli Studi di Milano, Università degli Studi dell'Insubria e CNR di Pisa. I referenti pisani sono la dottoressa Michela Natilli dell'ISTI-CNR (michela.natilli@isti.cnr.it) e il dottor Alessio Rossi dell'Ateneo (alessio.rossi@di.unipi.it). L'obiettivo è quello di analizzare come le abitudini degli italiani si siano modificate dopo il graduale ritorno alla normalità degli ultimi mesi, individuando quali sono i principali fattori di cambiamento e suggerendo di conseguenza gli eventuali consigli per migliorare la qualità della vita o, almeno, per tornare ai livelli precedenti al lockdown.

Da marzo 2020 a maggio 2021, infatti, ci sono stati diversi periodi di lockdown che hanno limitato, con diversi gradi di severità, la possibilità delle persone di muoversi. In questo periodo difficile i livelli di attività fisica e della qualità del sonno, della vita e del movimento sono peggiorati in tutta la popolazione. Con l'arrivo dell'estate 2021 tutte le regioni italiane sono tornate in zona bianca, grazie anche alla campagna vaccinale che ha ridotto in maniera significativa il rischio di contagio permettendo alla popolazione di tornare alle abitudini che il periodo di lockdown aveva modificato. Il ritorno alla normalità ha effettivamente riportato a comportarci come facevamo prima del lockdown? La nostra percezione della qualità della vita è ancora alterata o ormai il lockdown è solo un brutto ricordo? Torneremo mai a essere quelli di prima o il lockdown ci ha cambiato in modo persistente? La ricerca cercherà di rispondere a



Comunicato

questi interrogativi, attraverso il questionario proposto, che sarà trattato in forma totalmente anonima, la cui compilazione richiede circa 15 minuti.